# Sonnenbräune um jeden Preis oder: Vom Brustkrebsrisiko zum Hautkrebsrisiko?

bcaction.de/sonnenbraeune-um-jeden-preis

11. Februar 2009

(Last Updated On: 12. Februar 2009)
*Bericht und Kommentar von Beate Schmidt*

Licht oder Schatten – Sonnenbräune um jeden Preis?

*Den Teufel mit dem Belzebub austreiben, Brustkrebs(risiko) gegen Hautkrebs(risiko) eintauschen? Es gibt mehr Optionen als die „Wahl zwischen Pest und Cholera". Nachlesen und nachdenken helfen bei der persönlichen Entscheidungsfindung.*

In der jüngeren Vergangenheit war es immer mal wieder in verschiedenen Medien zu lesen: Sonne schützt vor Brustkrebs. Vor einigen Tagen stolperte ich über den Bericht in einem Blog mit dem vielversprechenden Namen „Sonne-ist-Leben". Hier wird am 3. Februar 2009 eine auf der Website „Cancer Epidemiology, Biomarkers & Prevention" veröffentlichte Studie vorgestellt und kurzerhand so zusammengefasst: *„Die Frage nach dem Aufenthalt an der Sonne dagegen zeigte sich als ein wichtiger Hinweis auf die unterschiedlichen Risiken einer Brustkrebserkrankung. Je länger der tägliche Aufenthalt im Freien, desto geringer das Risiko an diesem Krebs zu erkranken."*

In der Studie Women's Health Initiative Observational Study (WHIOS), auf die sich der Blogeintrag bezieht, wurden lt. Abstract in „Cancer Epidemiology, Biomarkers & Prevention" 71.662 Frauen beobachtet, die in den Jahren 1993 – 1998 keine Krebserkrankung hatten. In der Nachbeobachtungszeit von rund 8,6 Jahren wurde versucht, Zusammenhänge zwischen den in dieser Zeit aufgetretenen 2.535 Fällen von invasivem Brustkrebs bei postmenopausalen Frauen und folgenden Faktoren festzustellen:

- Wohnortregion bei Geburt sowie im Alter von 15 und 35 Jahren,
- Wohnortregion bei Beginn der WHIOS-Studie und
- klinische mittlere Sonnenstrahlungsintensität.

Die Ergebnisse dieser beobachtenden Studie sind:

- Gemessen in der Einheit Langelys (g-cal) pro cm² gab es bei Betrachtung dieser drei Faktoren keine Unterschiede hinsichtlich des Brustkrebsrisikos.
- Gemessen in Watt pro m² gab es ein um 15% geringeres Brustkrebsrisiko bei Frauen, die in Regionen mit niedriger Sonneneinstrahlung leben, verglichen mit denen, die in Regionen mit hoher Sonneneinstrahlung leben.

- Umgekehrt hatten Frauen, die im Jahresdurchschnitt täglich weniger als 30 Minuten bei Tageslicht im Freien verbrachten, verglichen mit denen, die mehr als 2 Stunden lang draußen Tageslicht ausgesetzt waren, im WHIOS 4-Jahres-Follow-up ein 20% höheres Brustkrebsrisiko.

Fazit des Abstracts der Studie: **Die Wohnortregion und die geographische Sonnenstrahlungsintensität stehen nicht durchweg mit dem Brustkrebsrisiko in Zusammenhang** und sind vielleicht keine ausreichenden vertretungsweise angewandten Maßeinheiten für die Sonnenlicht- / Vitamin D-Exposition. **Die beobachtete Verbindung zwischen Brustkrebsrisiko und der Zeit, die im Freien verbracht wurde, unterstützt die Hypothese, dass Vitamin D gegen Brustkrebs schützen könnte.** (Zitat aus dem Original: *„In conclusion, region of residence and geographic solar irradiance are not consistently related to risk of breast cancer and may not be sufficient proxy measures for sunlight/vitamin D exposure. The observed association between time spent outside and breast cancer risk support the hypothesis that vitamin D may protect against breast cancer.“*)

Hieraus bleibt zunächst festzuhalten: Es geht nach wie vor um eine **Hypothese, untersucht in einer beobachtenden Studie. Es gibt bisher keinen Beweis**.

Während der eingangs genannte Blogeintrag die Studie mehrfach falsch zitiert, indem er den „Aufenthalt an der Sonne“ mit dem „Aufenthalt im Freien“ gleichsetzt, ist im Abstract der Studie lediglich von „outside in daylight“ (also „draußen bei Tageslicht“) die Rede, was nicht zwangsläufig „an der Sonne“ bedeutet. Aber selbst unter einer Wolkendecke ist UV-Strahlung vorhanden, mit all ihren positiven und negativen Wirkungen auf den Menschen.

Wenige Klicks weiter, und ich finde in der Reihe „Regionale Veröffentlichungen der WHO. Europäische Schriftenreihe Band 53“ aus dem Jahr 1994: Sorge um Europas Zukunft – Gesundheit und Umwelt in der Europäischen Region der WHO. Dort steht auf S. 25 im Kapitel „Nichtionisierende Strahlung“: *„**Das Hauptrisiko ist jedoch derzeit die gewollte übermäßige UV-Bestrahlung**, und viele potentielle Gefährdungen könnten durch Verhaltensänderung abgewendet werden. Ein jährlicher zweiwöchiger Urlaub in der Sonne kann bei Nordeuropäern, die nicht im Freien arbeiten, das auf die Lebenszeit bezogene Risiko von Hautkrebs außer Melanom auf das Fünffache steigern, weil er sie der **doppelten Jahresdosis** biologisch wirksamer UV-Strahlung aussetzt.“*

Die Strahlenschutzkommission (SSK) schreibt im Vorwort ihres Jahresberichtes 2006 (Heft 53, 2007, S. VIII): *„Ein weiteres Thema, bei dem es um den Schutz von Kindern und Jugendlichen ging, war die gesundheitliche Gefährdung durch UV-Exposition. Neben einer möglichen genetischen Prädisposition steigert vor allem eine erhöhte UV-Exposition in Kindheit und Jugend das Risiko, an einem Hautkrebs im späteren Leben zu erkranken. **Die SSK empfiehlt, besondere Schutzmaßnahmen zu ergreifen, und fordert vom Gesetzgeber ein Verbot der Nutzung von Solarien durch Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre.„*** Der volle Text einschließlich der Verbotsforderung an den Gesetzgeber ist auf S. 25 unter Punkt 2.2.16 nachzulesen.

In der 6. überarbeiteten Auflage von Krebs in Deutschland 2003 – 2004. Häufigkeiten und Trends, herausgegeben vom Robert-Koch-Institut und der Gesellschaft der epidemiologischen Krebsregister in Deutschland e. V., Berlin 2008, finden sich die derzeit bekannten Zahlen zum Hautkrebs. **Danach erkranken jährlich ca. 8.400 Frauen und 6.500 Männer an Malignem Melanom, also bösartigem Hautkrebs** (S. 50). Frauen in Deutschland liegen bei der Neuerkrankungsrate im internationalen Vergleich sehr weit oben, nämlich direkt hinter Australien und der Schweiz auf Platz 3 (Abb. 3.9.2). Mit Interesse stelle ich fest, dass in den Jahren 2003 und 2004 in den norddeutschen Bundesländern Schleswig-Holstein und Niedersachen, denen im allgemeinen vergleichsweise kühleres Klima nachgesagt wird, die meisten Frauen und auch Männer hieran erkrankten (Abb. 3.9.4).

*Ich meine* jede Frau sollte sorgfältig abwägen, welchen Risiken sie sich aussetzt. Risiken in Bezug auf UV-Strahlung sind vermeidbar, Prävention ist möglich.
Ich frage mich, ob die oftmals als Zeichen von Gesundheit betrachtete knackig-braune Haut wirklich wichtig ist, und *ich finde: nein!* Im Gegenteil: Frauen wie Nicole Kidman, Renée Zellweger, Claudia Schiffer und Sunnyi Melles, ganz zu schweigen von Dita von Teese, werden von vielen als Stilikonen betrachtet und haben es mit blasser Haut zu Ruhm und Scharen von Verehrerinnen und Verehrern gebracht. Diese Frauen haben offenbar begriffen: Sonne lässt die Haut u.a. schneller altern.
Ich schaue nach Australien, berühmt-berüchtigt für seine hohe Rate maligner Melanome, und sehe, dass man dort dazugelernt hat. Inzwischen wird auch in Deutschland für verschiedene Sonnenschutzmittel mit dem Slogan „nach australischem Standard“ geworben. Ärzte empfehlen auch in unserem Land, dass nicht nur Kinder bei hoher Strahlungsintensität zusätzlich schützende Kleidung tragen sollten. *Ich denke: gut so!*
Ich frage mich, ob „Sonnenbräune“ es wirklich wert ist, sich ggf. Hautkrebs einzuhandeln. Geht der Schutz vor UV-Strahlung, die Krebs begünstigt, als einfache Möglichkeit der Hautkrebs-Prävention nicht vor? Sollen und wollen wir wirklich den Teufel mit dem Belzebub austreiben, Brustkrebsrisiko gegen Hautkrebsrisiko eintauschen, und wenn dieses ernsthaft billigend in Kauf genommen wird, wer hat ein Interesse daran? Müssen wir uns wirklich freiwillig und sehenden Auges dem Hautkrebsrisiko aussetzen? Womöglich zusätzlich zu dem, das wir uns als Reiseweltmeister an den Stränden dieser Welt am liebsten mehrfach pro Jahr bereits einhandeln? Und für dieses zusätzliche Hautkrebsrisiko auch noch weiteres Geld ausgeben? *Ich bin überzeugt: nein!*

Ein vernünftiger, vor UV-Strahlung geschützter Aufenthalt im Freien ist in vielerlei Hinsicht gesund. Wenn unzweifelhaft bewiesen werden sollte, dass Sonne einen gewissen Schutzfaktor gegen Brustkrebs darstellt, würde ich mich freuen. Aber *ich plädiere eindringlich dafür*, die mit der UV-Strahlung zweifelsfrei verbundenen Risiken nicht zu ignorieren oder zu verharmlosen, denn:
**Unsere Haut, unser Körper ist ein Speicher, er vergisst nichts.**
**Braune Haut ist ein flüchtiger Effekt. Hautkrebs ist lebensbedrohlich.**

**Ach ja, beinah hätte ich es vergessen: Der eingangs genannte und zitierte Blog gehört zum Internetauftritt von** Photomed, Bundesfachverband Solarien und Besonnung e.V.

## Weiterlesen:

Abstract der Studie Incident Invasive Breast Cancer, Geographic Location of Residence, and Reported Average Time Spent Outside, Erstveröffentlichung am 03.02.2009 auf der Website Cancer Epidemiology, Biomarkers & Prevention, 10.1158/1055-9965.EPI-08-0652 der American Association for Cancer Research AACR

Evidenzbasierte Informationen zu den Themen Ultraviolette Strahlung: Sonne und Solarien sowie Hautkrebs, jeweils mit weiterführenden Links, sind nachzulesen auf der Website des Krebsinformationsdienstes des Deutschen Krebsforschungszentrums Heidelberg DKFZ.

Radiosendung mit Prof. Dr. med. Eggert Stockfleth, Hauttumorzentrum der Charité in Berlin, im Deutschlandfunk – Sprechstunde vom 19.08.2008: Radiolexikon Sonnenbrand. Zitat Stockfleth: „Wir haben eine Steigerung von Hautkrebs jedes Jahr von 7 – 10 Prozent, und die Patienten werden immer jünger.“ und „Also das Vorbräunen von Solarien ist völliger Quatsch. Weil, in den Solarien kommt viel UV-A-Strahlung raus, das heißt sie geht tief in die Unterhaut rein, also gar nicht in die Oberhaut, und das Problem ist dass 98 Prozent unserer Sonnenstudios in Deutschland nicht zertifiziert sind, das heißt, da ist kein ausgebildetes Personal, die gucken nicht, welcher Hauttyp Sie sind. Wir haben das hier mal in Berlin gemessen, dass in einem durchschnittlichen Sonnenstudio Sie etwa die Sonnenstrahlen abbekommen, die Sie am Äquator mittags um 12 abbekommen – mal zwei!“

Foto: „Rays“ (Strahlen) von Michael Kesler – Creative Commons 2.0